CZYM JESTEM

Czym jestem. Nauki mistrza Nisargadatty.

Ból i cierpienie.

Cierpienie to wiecznie aktualny problem ludzkości, a uniwersalnym nań lekarstwem jest miłość. Źródłem cierpienia jest niewiedza i jej objaw – egoizm. Utożsamiając się ze swoim ciałem i umysłem, kreujesz cierpienie. Umysł chce posiadać i boi się strat – ale nie ty. Akceptacja bólu może być źródłem radości, natomiast przyjemności cię usypiają. W obecnym porządku świata inni zadają cierpienia tobie i ty zadajesz je innym. Samo tylko cierpienie lub umartwianie ciała nie doprowadzą cię do Stanu Najwyższego.
Żaden ból ani cierpienie nie podważą Szczęścia Absolutnego.

Ciało.

Ciało jest tworem umysłu; jest abstrakcją skupiającą pewną klasę przeżyć. Uważanie się za ciało jest katastrofalnym błędem i przyczyną wszystkich problemów. Opiekę nad ciałem można powierzyć umysłowi.
Ciało, które nie jest ani rozpieszczane, ani umartwiane, nie przeszkodzi Wyzwoleniu.

Czas.

Czas to schemat myślowy, który można porzucić na rzecz przebywania wyłącznie w chwili obecnej.
Czas pożera świat, ale człowiek nie podlega ani jednemu, ani drugiemu. Uważając czas za obiektywną rzeczywistość, śnisz. Przebudzisz się dopiero wtedy, gdy odmówisz znaczenia wszystkiemu temu, co przemija. Martwienie się przeszłością i przyszłością to symptomy chorego umysłu. Twoja przyszłość będzie powtórką przeszłości, chyba że nabierzesz głębokiego przekonania, iż konieczna jest istotna zmiana. Tylko zatrzymując umysł w chwili obecnej, możesz czuć się bezpieczny i szczęśliwy.

Człowiek wyzwolony.

Człowiek wyzwolony to taki, który wie, czym jest naprawdę, który zna swoją prawdziwą istotę.
Jego cechami są spontaniczność w działaniu, brak konfliktów wewnętrznych, brak uzależnień oraz identyfikowania się z czymkolwiek, przytomna obecność i koncentracja, spokój, odwaga, miłość i mądrość. Niewzruszalne centrum jego uwagi leży poza światem umysłu i materii. Na swoje myśli, uczucia i uczynki patrzy z dystansem i miłością. Jego miłość nikogo i niczego nie wyklucza. Jego smutek jest wyłącznie wyrazem współczucia dla tych, którzy cierpią. Nie ma w nim nic relatywnego, wszystkie jego właściwości są absolutne i pełne. Ma możliwości pozazmysłowego doznawania. Wszystko rozumie dogłębnie i wie, że zdarzenia

potoczą się właściwie, jeżeli tylko sytuacja zostanie całkowicie rozpoznana.
Nie jest w stanie niczego pożądać. Jego obecność jest błogosławieństwem dla ludzkości.

Czym jesteś?

Twój prawdziwy byt leży poza światem doznań, wyobrażeń i opisów – te wszystkie stosują się jedynie do kwestii mających związek z ciałem. Słowa mogą tylko wskazywać na to, czym nie jesteś.
Zapomniałeś, czym jesteś naprawdę, bo utożsamiłeś się ze sprawami, które nie dotyczą twojego istotnego „ja". Nie wiedząc, że istniejesz poza czasem i przestrzenią, i uważając się za ciało, stworzyłeś frustracje oraz problemy, które z reguły na swym własnym poziomie są nierozwiązalne. Jeżeli cierpienia i wyzwolenie się od nich nie stanowią dla ciebie problemu, nie znajdziesz ani sił, ani motywacji, aby badać siebie.
To badanie możesz rozpocząć od usilnej koncentracji na fakcie własnego istnienia, przyglądając się sobie w ciszy i bez słów. Własne istnienie jest jedyną absolutną i niezaprzeczalną prawdą dostępną każdemu człowiekowi. Koncentracja na pytaniu: „Czym jestem?" wyprowadzi cię poza świat umysłu, bo w umyśle odpowiedzi nań nie ma. Odmawiając znaczenia ciału i umysłowi, możesz się łatwo przekonać, że nie jesteś ani jednym, ani drugim. Twoja prawdziwa istota nie jest ani wymysłem, ani abstrakcją.
Jest tym, co pozostanie, gdy usuniesz z pola uwagi wszystkie formy, kształty i nazwy. Jest spokojna, niezmienna, wolna od lęków i pożądań. Dopóki czegokolwiek się boisz, nie będziesz mógł jej poznać.
Droga powrotna do własnego „ja" to nabywanie wiedzy, czym nie jesteś. Wiedza ta jest ostateczna i niepodważalna. Nie możesz ulepszyć się, bo już jesteś doskonały; możesz jedynie odkryć swoją prawdziwą naturę. To odkrycie nastąpi nagle i nie będzie go można pomylić z żadną inną sytuacją.

Doświadczenia i przeżycia.

Doświadczenia przyczyniają się do rozwoju psychicznego człowieka, ale szybko nadchodzi czas, kiedy mamy już wystarczająco dużo zdobytych doświadczeń i jest pora, aby usunąć z pamięci wszystko, co zbędne. Wyzwolenie się spod władzy dawnych doświadczeń będzie wtedy ważniejsze od gromadzenia nowych. Potem wystarczy, abyś obserwował, co przeżywają inni; zapewni ci to więcej doświadczeń, aniżeli byłbyś w stanie kiedykolwiek sam zgromadzić. Wszystkie doświadczenia są ograniczone i przemijające. Twoje zadanie polega na odkryciu ich wspólnego ponadczasowego elementu.
Nie doświadczenia są istotne, ale twoja niczym nie wzruszona spokojna obserwacja wszystkiego, co pojawia się w świadomości.

Działanie.

Mylisz się, sądząc, że działasz, gdyż w istocie wszystko dzieje się samo. Wydaje ci się tylko, że jesteś zajęty mnóstwem spraw, ale naprawdę jesteś pozaczasową istotą, nie

należącą do tego świata, a twoje czynności są po prostu zdarzeniami, które dostrzegasz. Motywacje, troski, frustracje, sukcesy i niepowodzenia to sprawy ciała i umysłu, ale nie twoje. Jedynym, na co masz wpływ, jest twoje nastawienie. Tu zaczyna się i kończy twoja odpowiedzialność za to, co się dzieje.
Wszystko, co się dzieje, jest rezultatem i wyrazem całości i nic nie może się stać, jeśli cały wszechświat na to nie pozwoli. Martwienie się o rezultaty własnego działania jest objawem niewiedzy.
Jeżeli sądzisz, że twoje działanie jest oparte na osobistych motywacjach i skierowane ku osobistym celom, to tylko pogłębiasz swoje złudzenia, szkodząc sobie i innym. Większość poczynań ludzi jest bezsensowna lub wręcz szkodliwa. Bezczynność jest często lepsza. Przestań się osądzać wedle swoich czynów, porzuć wszystkie ambicje i troski. Innym może się wydawać, że jesteś wszechstronnie zaangażowany, działając z werwą i zapałem, podczas gdy w tobie będą panowały cisza i spokój.

Egoizm.

Czyny motywowane wyłącznie osobistymi korzyściami zawsze prowadzą do katastrofy. Łudzi się też ten, który sądzi, że wie, co jest korzystne dla innych. Aby być godnym wysiłku, samo zadanie musi być dla ciebie celem. Szczytem egoizmu jest stałe zajmowanie się własnym ciałem, własną rodziną i własnym narodem. Takie nastawienie wynika ze złudzenia, że człowiek składa się z ciała i umysłu.
Jest to fałszywy i okrojony obraz siebie samego, a zarazem największy z tyranów. W miarę dojrzewania twoja miłość do własnego ciała powinna przerodzić się w miłość do twojego prawdziwego „ja", która przewyższy zarówno egoizm, jak i altruizm. Ta doprowadzi cię do najgłębszych korzeni twojego bytu, do miłości do każdego człowieka i do rozwiązania wszystkich problemów. Zamiast szukać przyjemności, poddaj w wątpliwość swoja obecną wizję świata i wnikliwie ją zbadaj. Ale nic nowego nie odkryjesz, dopóki nie wyrzekniesz się swoich ambicji i pożądań i nie porzucisz chroniących cię pancerzy.
Oczekiwanie zysków materialnych czy też tak zwanych duchowych tylko cię zablokuje.
Zacznij swoje badania od tej jedynej pewności, którą już masz: że istniejesz.

Energia.

Świat jest jednym nieprzerwanym spektrum energii. Materia i umysł są przeciwległymi krańcami tego spektrum. Dopóki będziesz się uważał za osobę, czyli za byt odizolowany, będziesz miał do dyspozycji tylko bardzo ograniczony zapas energii, który zostanie szybko wyczerpany w nieuniknionych konfliktach.
Jedynie energia Najwyższego jest niewyczerpalna. Aby do niej dotrzeć, porzuć myśl, że jesteś ciałem, żyj tak, jak byś był przestrzenią bez granic, a zarazem pielęgnuj przytomną obecność, dostrzegając ostro i wyraźnie wszystko, co się dzieje. Jeżeli zabrakło ci energii, fizycznej czy psychicznej – i masz dość rozpaczania z tego powodu – porzuć utożsamianie się z osobą, za którą dotychczas się uważałeś, i skieruj się ku swojemu wnętrzu w poszukiwaniu prawdy własnego bytu. Tylko tam znajdziesz niewyczerpalne źródło siły i wiedzy.

Ku Wyzwoleniu.

Wyzwolenie polega na wyzbyciu się myśli, że jest się ciałem i umysłem. Ale nie porzucisz jej przez usilne staranie, gdyż jest to raczej sprawa poznania. Pożytek z wysiłków może być tylko ten, że przekonają cię o swojej bezużyteczności. Zmierzasz ku Wyzwoleniu, ustawicznie oddzielając to, czym jesteś, od tego, czym nie jesteś. Nie jest istotne, co będziesz robił – jeżeli będziesz to czynił dla znalezienia siebie, cel osiągniesz. Równie dobrze mógłbyś nic nie robić, tylko pragnąć prawdy, niezaprzątnięty myślami ani innymi zaangażowaniami. Zacznij od skupienia całej swojej energii w jednym wielkim pragnieniu Wyzwolenia. Twoja prawdziwa istota jest tu i teraz; nigdy jej nie utraciłeś, lecz ty się łudzisz, że jesteś czymś innym. Aby to złudzenie zniszczyć, nie nadawaj sobie nazwy, ani formy i staraj się stale koncentrować na fakcie, że istniejesz. Poświęcaj całą uwagę chwili obecnej. Do sprawy tej musisz podejść rzetelnie; każdy kompromis zablokuje cię kompletnie. Źródłem nierzetelności jest wyłącznie umysł. Odseparuj się od niego medytacją nad „jestem". Niezależnie od tego, czy twoim przewodnikiem będzie człowiek (guru), czy też wybierzesz drogę własnej intuicji, do niczego nie dojdziesz, nie porzuciwszy najpierw osobistych obaw i dążeń. Możesz sobie bez końca powtarzać, że jesteś czymś więcej niż wszystkie myśli, uczucia i rzeczy; że cokolwiek jest w zasięgu doznań, nie jest tobą ani twoje – ale to ci się na nic nie przyda, jeżeli nie będziesz tych prawd wcielał w życie. Na drodze do Wyzwolenia nie możesz ponieść klęski, bo dla twojej prawdziwej istoty pojęcia sukcesu czy niepowodzenia w ogóle nie istnieją. Ucz się na jednych i drugich i idź dalej. Hamulcami dla ciebie są brak przytomnej obecności, brak koncentracji i brak uwagi. Dopóki będziesz interesował się czymś innym, będziesz blokował drogę do Wyzwolenia. Wszystko, co uważasz za przyjemność, będzie stanowiło przeszkodę. Ale zwalczanie własnych zainteresowań nic ci nie da; musisz sobie uprzytomnić, że opierają się one na fałszywych ocenach i złudnych systemach wartości. Praca zawodowa lub małżeństwo nie będą przeszkodą, pod warunkiem że będziesz żył skromnie i uczciwie, nikogo nie krzywdząc i nie popisując się swymi zdolnościami. Może się zdarzyć, że na drodze do Wyzwolenia cały twój świat runie w gruzach, ale jeżeli będziesz się kierował miłością do prawdy, niczego nie musisz się obawiać. Nigdy nie będziesz opuszczony, bo zawsze we właściwej chwili pomoc nadejdzie.

Ludzkość.

Świat mogą ulepszać tylko ci, którzy spojrzeli poza świat. Zamiast zastanawiać się nad ulepszaniem ludzkości, porzuć najpierw swoją chciwość i uporządkuj własne życie. Zadbaj, aby zapanowały w tobie pogoda i spokój, usuń wszelki konflikt z serca i umysłu. Potem spojrzysz na ludzi inaczej. Ludzie wzajemnie się zabijają i wyrządzają sobie krzywdy, bo są szaleni – nie nauczyli się poprawnie korzystać z umysłu, pozwalając, aby rządziły nim strach i chciwość. Ale z punktu widzenia Najwyższego zabijania nie ma, bo to, co jest rzeczywiste, umrzeć nie może, a to, co nie jest rzeczywiste, nigdy nie żyło.
Stosunki międzyludzkie są tak bogate, urozmaicone i nieprzewidywalne, że nie można ustanowić wytycznych postępowania. Ludzkość stanowi jedną całość – nasz los, to wspólny los. Wszyscy jesteśmy w głębi istoty tym samym. To jest tak jak z biżuterią –

złoto w niej jest tym samym złotem, niezależnie od kształtu klejnotu.

Medytacja.

W medytacji człowiek opuszcza świat działania i doznań, a zanurza się w ciszy i w spokoju, kategorycznie odrzucając każdą myśl. Wie po prostu tylko to, że istnieje. Znika różnica między światem zewnętrznym i wewnętrznym. Poczucie indywidualności oddziela się od poczucia bycia kimś konkretnym, jakąś osobą.
W tym stanie człowiek dochodzi do wiedzy bezpośredniej, nieopartej na żadnych dowodach i nabiera poczucia własnej wartości. Aby medytacja ci się powiodła, musisz mieć dość swojej osobowości i uznać za absolutną konieczność wyzwolenie się od garstki zbytecznych wspomnień i przyzwyczajeń.
Główną przeszkodą jest twoje nadmierne zainteresowanie światem ciała i rzeczy. Aby zebrać wystarczająco dużo energii do medytacji, musisz usunąć ze swego życia wszystko, co zbędne.
Możesz zacząć medytację, przeznaczając część każdego dnia na to, żeby po prostu tylko „być", nic nie robiąc i nie zastanawiając się nad tym, co będzie dalej. Potem możesz zacząć wnikliwie przyglądać się pojęciu „istnieję", badając, skąd się wzięło i jakie ma dla ciebie znaczenie. Ostatecznym celem medytacji jest poznanie źródła życia świadomości.
Medytacja jest niezbędna, bo tylko w niej odkryjesz, że nie jesteś osobą.
Uprawianie hatha-jogi może sprawić, że umysł uspokoi się, uporządkuje i przygotuje do medytacji, ale poświęcanie zbyt wielkiej uwagi ciału mija się z celem.

Miłość.

Miłość to nie zespół uczuć, ale stan świadomości wynikający z wiedzy, że ty i inny człowiek jesteście w istocie tym samym bytem. Dopóki tego nie odkryjesz, zawsze będziesz czuł, że on ci potencjalnie zagraża, i nie będziesz go mógł kochać.
Przeciwieństwa nie przeszkadzają miłości, chyba że pojawia się egoizm. Miłość nikogo nie wyklucza, jedynie pożądania wybierają jednych i odrzucają innych.
Tego, co ogranicza się do kilku wybranych, nie można nazwać miłością. Szukając jedynie szczęścia, możesz na wieki utkwić za szańcem wyniosłej obojętności.
Właściwą motywacją każdego działania jest miłość – widzisz ludzi cierpiących i chcesz im pomóc. Aby ci się to udało, musisz znaleźć swoją prawdziwą istotę, tak aby już samemu nie potrzebować pomocy. Tam, gdzie miłość nie może dojść do głosu, rosną krzywdy i wojna staje się nieunikniona. Nie musisz sięgać po miłość: ona przyjdzie do ciebie sama, pod warunkiem że nie pozwolisz, aby rządził tobą strach.
Jest rzeczą dobrą i naturalną kochać siebie. Kochając się mądrze, kochasz nie ciało, ale życie, dostrzeganie i tworzenie.
Miłość i życie potrzebują siebie nawzajem, ale ciała miłość nie potrzebuje. Miłość to umiejętność wniknięcia w świadomość kogoś innego – tak aby doznawać, co się w niej dzieje. W miłości jest jedność, nie ma dualizmu. „Kocham cię" należy do dualizmu, a nie do miłości. Seks czy cokolwiek innego, o ile jest pozbawiony miłości, jest złem.

Mistrz.

Nisargadatta mówi tu o sobie. Powiada, że nie uważa się za bardziej wartościowego od innych ludzi, jednak wyróżnia go znajomość jego własnego naturalnego bytu. Wiedza ta jest bezpośrednia, nieoparta na zmysłach, myślach lub uczuciach. Jego życie jest ciągiem zdarzeń, tak jak życie każdego innego człowieka. Widzi, słyszy, odczuwa głód tak jak inni, ale wszystko to obserwuje z ogromnego dystansu. Mechanizm złożony z jego ciała i umysłu działa automatycznie i poprawnie; jego w tym nie ma.
Uważa, że żyje poza czasem i przestrzenią, poza zasięgiem doznań i myśli.
Siebie samego ani doznać, ani sobie wyobrazić nie może.. Formy i nazwy pojawiają się w jego świadomości, lecz go nie dotyczą ani nie opisują. Identyfikuje się z całym światem, nie rozróżniając dobrego od złego ani świata wewnętrznego od zewnętrznego. Jego miłość i współczucie, stanowiące rdzeń jego istoty, nie są wybiórcze, nie przedkładają jednego nad drugie. Wie, że jest kompletny i niczego mu nie brak. Nie uważa, że kiedykolwiek się urodził i że kiedykolwiek umrze. Jego niezmienny stan to nieustanna i uważna koncentracja na wszystkim, co jest.
Nisargadatta pochodził z prostej, niezamożnej rodziny; otrzymał tylko podstawowe wykształcenie. Ożenił się i pracował na utrzymanie rodziny jako sklepikarz. Początkowa faza jego życia nie wyróżniała się niczym szczególnym. Mając 34 lata spotkał swojego guru i ten mu powiedział: „Zaufaj mi, gdy ci mówię, że jesteś Najwyższą Rzeczywistością i żyj według tej prawdy”. Dowiedział się też od tego guru, że w celu poznania swojej prawdziwej istoty należy koncentrować się na znaczeniu słowa „jestem”, czyli na poczuciu własnego istnienia. Całkowicie zaufał tym naukom i poświęcił cały swój wolny czas, aby się nad nimi zastanawiać.
Olśnienia doznał trzy lata później. Odkrył wtedy własną, prawdziwą istotę i porzucił swoje ludzkie wcielenie, pozwalając, by samo troszczyło się o siebie. Opuściły go wszystkie lęki, zapanowały w nim zaś spokój i cisza. Stracił też wszystkie złudzenia. Poczuł się całkowicie wolny, od niczego nie zależny. Swój obecny stan określa jako pierwotny, doskonały i ostateczny. Nazywa go Świadomą Obecnością i uważa za źródło szczęścia, miłości, życia oraz wszelkich doznań. Świadoma Obecność nigdy go nie opuszcza, niezależnie od tego, czy jego ciało i umysł są w stanie czuwania, czy snu.
Nie założył ośrodka medytacyjnego (aśramu), gdyż uważa, że jest i tak dla wszystkich dostępny, a założywszy instytucję, stałby się jej niewolnikiem. Mówi, że jedynym dowodem prawdziwości tego, co głosi, będą pozytywne zmiany w charakterze słuchającego. Opinie go nie interesują; uznaje tylko fakty.
Cokolwiek przemija uważa za nieistotne. Głosi, że można dojść do Wyzwolenia, rzetelnie próbując zrozumieć znaczenie jego słów.

Najwyższe.
(Najwyższe, Rzeczywistość, Absolut i Byt Najwyższy są tu uważane za równoznaczne, więc można je stosować zamiennie).

Najwyższe to potężna i doskonała świadomość, która ma się do ludzkiej świadomości jak słońce do płomienia świecy. Jest źródłem wszechrzeczy, fundamentem, na którym wszystko powstaje.
Najwyższe to też niewiarygodnie twarda i niepodzielna obecność, a także uniwersalna

miłość.
Nie zawiera się w czasie, przestrzeni ani w umyśle, ale obejmuje wszystko i wszystkiego jest przyczyną.
Tkwi w sercu myśli i uczuć, przewyższając oba. Świat i umysł to Jego wiecznie zmieniające się przejawy.
Najwyższe jest doskonałe i wszystko, co czyni, jest piękne. Tylko Ono naprawdę istnieje; wszystko inne to jedynie przemijające zjawiska. Zamiast marnować czas na szukanie coraz to nowych doznań oraz zajmowanie się nieistotnymi problemami ciała i umysłu, skieruj uwagę na Najwyższe. Aby je poznać, musisz się w Nim znaleźć. W tym celu musisz najpierw poznać tego, kto poznaje. Wyzwolenie to wybuch Najwyższego w tobie. Nigdy do tego nie dojdzie, dopóki nie zakwestionujesz realności bytu wszystkiemu, co jest doznawalne. Tkwij mocno w tym, co jest myślom niedostępne. Nie pozwalaj, aby umysł cię nadal oszukiwał, stale sugerując ci, że jesteś tym, co może doznawać.
Wszystkie podziały giną pod dotknięciem Najwyższego; życie i śmierć stają się tym samym. Umysł, chcący poznać Najwyższe, będzie równie bezsilny jak dziecko, chcące w łonie matki sobie wyobrazić, jak będzie wyglądał świat, w którym się narodzi. Każda intelektualna próba zrozumienia Najwyższego przeniesie cię poza intelekt; zniknie on jak suchy patyk, którym próbujesz przekładać rozżarzone węgle. Odłożywszy na bok wszystko, co należy do umysłu, pozwól Najwyższemu pojawić się w centrum twojego bezpośredniego doznania.

Odwaga.

Ciało może doznać szkody, wymaga więc ochrony, ale nie ty. Boisz się, bo nie wiesz, czym jesteś naprawdę. Strach i nadzieja to dzieci fantazji. Aby się od nich uwolnić, postrzegaj świat jako nagromadzenie zdarzeń, a siebie jako coś nadrzędnego wobec wszystkich zdarzeń. Poznaj swoje wewnętrzne bogactwo i wyraź je porzuceniem lęków oraz pragnień. Tkwią one tylko w umyśle; łatwo pozbędziesz się ich, odkrywszy, że jesteś czymś znacznie więcej niż umysł. Człowiek wyzwolony pożegnał się ze światem rzeczy oraz ludzi i nie jest w stanie bać się czegokolwiek. Jego życie, doskonale skoncentrowane w bieżącej chwili, charakteryzuje się całkowitą nieobecnością lęków. Będąc absolutnie odważnym, nie pielęgnuje przekonań i niczego nie oczekuje. Ty sam stwarzasz własne cierpienia i własne uzależnienie, pozwalając, aby kierowały tobą lęki i pragnienia. Bojąc się utraty swojej osobowości, nigdy nie dojdziesz do Rzeczywistości. Uwierz, że jesteś wolny zawsze i wszędzie, i wcielaj tę wiarę w życie. Zbuntuj się przeciwko zniewalającym cie myślom i uczuciom. Odrzuciwszy tyranię myśli, zapanujesz nad każdą sytuacją. Miłość da ci odwagę. Pamiętaj jednak, że odwaga bez miłości jest bezwartościowa i destruktywna.

Osoba.

Uczucia, myśli i działania przetaczają się w nieustannych meandrach przez pole świadomości, zostawiając ślady w pamięci. Ślady te tworzą złudzenie trwałości i tak powstaje pozornie istniejąca osoba – schematy uczuć, wiązka przyzwyczajeń utrzymywanych przez pamięć i podsycanych pragnieniami.
Jest to fałszywa namiastka twojego prawdziwego „ja”.

Wszystkie twoje problemy krążą bez końca dookoła twojej osoby. Jedynym rozwiązaniem jest pozwolić jej zniknąć raz na zawsze. Walcz wszystkimi siłami przeciwko myśli, że jesteś czymś obserwowalnym i opisywalnym. Zacznij od zadawania pytań. Podawaj w wątpliwość to, co wydaje się oczywiste.
Twoją prawdziwą istotą jest przytomna obecność, a nie zespół ciało – myśli – uczucia. Dopóki nie zwątpisz, że jesteś panem X czy panią Y, nie wyrwiesz się ze złudzeń.
Wyzwolenie polega na zbawieniu od osoby, na usunięciu jej z drogi. Ona jest skorupą, która cię otacza.
Jej celem jest zniknąć; wydostań się z niej. Uważanie się za osobę jest zawsze bolesne; ten ból sprawia, że jesteś pełen niepokoju i stale szukasz przyjemności. Ale to tylko osoba ma rodziców, ciało i umrze – nie ty.
Zamiast bać się, czy ludzi interesuje twoja osoba, uprzytomnij sobie jedność wszystkiego, co żyje.
Wtedy pytanie, kto się kim interesuje, straci sens. Nastroje osoby jedynie odzwierciedlają stan umysłu.
Gdy odkryjesz swoją prawdziwą istotę, stany umysłu przestaną cię obchodzić.

Pomaganie innym.

Nie wiedząc czym są naprawdę, ludzie unikają tego, co jest dla nich dobre i kierują swoje pragnienia na niewłaściwe tory. To prowadzi do chaosu i rozpaczy. Tylko ci, którzy spojrzeli poza świat i poznali Rzeczywistość, są w stanie udzielić ludzkości trwałej pomocy.
A jedyny ratunek, który ludziom jest naprawdę potrzebny, to wyzwolenie się od złudzeń.
Wszystko jest zależne od wszystkiego. Dlatego zmieniając siebie, zmieniasz cały świat. Jeżeli chcesz świat ulepszyć, zacznij od ulepszania jedynego narzędzia, które masz – od siebie samego.
Nie znając swojej prawdziwej istoty, stwarzasz złudny obraz świata. Nie będziesz mógł pomóc innym, zanim nie pozbędziesz się tych złudzeń i wynikających z nich lęków oraz pragnień.
Pomaganie jest w twojej naturze. Ty sam pomocy nie potrzebujesz – jesteś bytem niewyczerpanym, bez początku i bez końca. Nie uważaj ludzi za to, za co sami siebie uważają, bo to tylko im zaszkodzi.
Wieść, że istnieje Wyzwolenie, to największy z darów. Ten pozostanie z każdym na zawsze.
Jeżeli masz ku temu możliwości, to nakarm głodnych i odziej marznących. Ale ważniejsze od dobrych uczynków jest niezadawanie bólu i nieprzyczynianie się do cierpień. Dostarczanie innym przyjemności to żadna pomoc. Każdy sam tworzy źródło swojego cierpienia i tylko sam może je zlikwidować.
Prawdziwa pomoc to obnażanie przyczyn cierpienia.

Pragnienia, pożądania.

Wszystkie pragnienia pochodzą z tego samego źródła, którym jest dążenie do własnego szczęścia.
We właściwym czasie i miejscu to dążenie jest naturalne – życie chce się rozwijać

przez nabywanie wiedzy i doświadczenia. Ale kto myśli, że coś tak błahego jak jedzenie, seks, władza lub sława mogą go uszczęśliwić, ten łudzi się zasadniczo. Wyzwolenie ma swoją cenę – musisz zań zapłacić wyrzeczeniem się pożądania czegokolwiek ograniczonego. Bo naprawdę nie istnieje nic takiego, co byś mógł kiedykolwiek nazwać „swoją własnością”.
Są tylko pożądania, a umysł się z nimi identyfikuje, ale ciebie w tym nie ma. Nie znajdziesz siebie dopóty, dopóki będziesz pragnął wielu rzeczy i poświęcał czas na ich zdobywanie. Ten, kto szuka prawdy, nie może być uzależniony od pożądań. Aby wyzwolić się z ich dominacji, stawiaj zawsze pytanie: „Kto pożąda?” Niech w ten sposób każde pragnienie każe ci szukać drogi do twojego rdzenia.
Tak długo jak będziesz uznawał doznania fizyczne lub umysłowe za coś istotnego, twoje dociekania będą tylko szukaniem komfortu. Słabe pożądania można zlikwidować introspekcją i medytacją. Natomiast te mocno zakorzenione trzeba najpierw zrealizować, świadomie przeżywając wszystkie tego skutki.
Podstawowe jest pożądanie życia, ale świadoma wolność polega na wyzwoleniu się także od tego pożądania. Do najwyższych należy pożądanie prawdy, jednak wciąż jest to pożądanie i ono też musi zniknąć, zanim objawi się Rzeczywistość. W obecności pożądań nigdy niczego głębszego nie doznasz.

Praca.

Aby dobrze pracować rozwijaj swój talent i nabywaj umiejętności. Pragnij tylko tego, co jest naprawdę warte wysiłku, i pragnij tego całą swoją istotą. Nie pozwalaj aby natłok wydarzeń przesłonił ci kierunek życia. W każdej chwili rób to, co jest właściwe. Nie buntuj się przeciwko zadaniom, które przychodzą do ciebie nieproszone. Słuchaj intuicji działania bez egoizmu. Pracuj, nie szukając uznania i zostaw rezultaty Wielkiej Niewiadomej. Do niczego nie dojdziesz, robiąc to, co jest powszechnie przyjęte, co wypada robić.
Wykonywanie pracy nie będzie przeszkodą na twojej drodze do Wyzwolenia, pod warunkiem że każdą wolną chwilę poświęcisz medytacji. Jest istotne, abyś codziennie miał chwile spokoju i wewnętrznej ciszy.
Praca bywa trudna, ale często trudniejsze jest powstrzymywanie się od zbędnego działania.
W istocie niczego ci nie brak i niczego nie potrzebujesz. Więc dokończ pracę już zaczętą, ale nie podejmuj się nowych zadań, chyba że chodzi o pomoc komuś cierpiącemu.

Prawda i fałsz.

Deklarując, że chcesz poznać prawdę, wprowadzasz swoje życie na nowe tory. Droga do prawdy wiedzie przez zniszczenie fałszu. W tym celu podaj w wątpliwość wszystkie swoje przekonania.
Jest w naturze złudzeń, że znikają, gdy zaczniesz je badać. Najgorsze z nich jest przekonanie, że jesteś ciałem – ono przesłania ci twoje naturalne i niezmienne „ja”. Jeżeli chcesz poznać prawdę, musisz uwolnić się od wszystkiego, co nazywamy kulturą otaczającego cię społeczeństwa, porzuć swoje przyzwyczajenia, nie uważać się ani za kobietę, ani za mężczyznę, ani nawet za istotę ludzką – ocean życia zawiera

nie tylko ludzi. Martwienie się o własną osobę powinno zniknąć. Możesz natomiast nadal zabiegać o jedzenie, ubranie i dach nad głową dla siebie i rodziny – pod warunkiem że pozbędziesz się chciwości. Pamiętaj, że jedyną twoją prawdziwą potrzebą jest Wyzwolenie, a wszystko inne to złudzenia i przeszkody. Najgłębszej prawdy nie można opisać słowami; one są wytworem umysłu, a umysł wszystko deformuje. Tak więc zamiast szukać prawdy w umyśle, spojrzyj do wnętrza swojej istoty i oddaj się medytacji. Uprawiaj ciszę wewnętrzną, bądź spokojny i czujny. Wtedy to, co jest ci potrzebne, przyjdzie do ciebie samo. Szukanie prawdy jest zarazem szukaniem spokoju; aby prawdę ujrzeć, musisz patrzyć ostro i wyraźnie, a do tego potrzeba spokoju. Cierpliwością i samodyscypliną przezwyciężysz los i balast przeszłości. Prawdziwe jest tylko to, co czyste, proste i niezależne od wszystkiego innego. Fałsz tkwi w mieszankach, zabarwieniach, uzależnieniach i nietrwałości. Jest trudny, skomplikowany i stwarza problemy. „Niewiedza" to tylko pojęcie; sygnalizuje po prostu brak koncentracji i uwagi. Aby znaleźć prawdę, nie wystarczy studiować słowa; trzeba też postępować wedle ich wskazań. O twoim sukcesie zadecyduje intensywność wewnętrznej potrzeby i powaga twojego podejścia.

Problemy.

Problemy powstają, jeżeli nie akceptujesz tego, co przynosi ci życie, lub odmawiasz rozstania się z tym, co ci odbiera. Tak się będzie działo, dopóki nie przekonasz się, że nic ci się stać nie może, bo nie jesteś ani ciałem, ani umysłem, ale tym tylko, co umożliwia doznawanie. Podstawowym i naczelnym problemem jest egoizm, a wynika on ze skłonności do identyfikowania się z tym, co doznajesz. Życie i śmierć nie stwarzają problemów. Pojawiają się one dopiero wtedy, gdy dajesz posłuch pragnieniom ciała i umysłu.
Pogoń za realizacją pragnień zawsze prowadzi do problemów. Aby porzucić pragnienia, uprzytomnij sobie, że niczego ci nie potrzeba oraz że niczego na świecie nie możesz nazwać „swoim".
Tej prawdy umysł nie zaakceptuje. Nie walcz z nim, ale raczej przestań go słuchać, obserwując go wnikliwie i z dystansem.

Przewodnik duchowy: guru.

Guru jest ci potrzebny. Aby przejść do innego wymiaru świadomości, potrzebujesz pomocy. Pomoc ta nie musi wystąpić w ludzkiej postaci – może przybrać formę intuicji, wewnętrznej potrzeby prawdy i doskonałości, regenerującego doświadczenia czy nawet przypadkowo usłyszanej lub przeczytanej wiadomości. Guru pojawi się w twoim życiu, gdy dostatecznie dojrzejesz. Może on w krótkim czasie doprowadzić do radykalnej zmiany w twojej świadomości, jeżeli będziesz słuchał go poważnie i z ufnością.
Ludziom, którzy dużo cierpieli, powaga przychodzi łatwo. Jeżeli nie będziesz chciał go słuchać, ufać mu i uczyć się, może się zdarzyć, że choć go spotkasz, nie rozpoznasz go i nadal zachowasz swoje stare poglądy. Ten, kto nie pojmie nauk guru, będzie się musiał uczyć na własnych błędach.
Nigdy nie jesteś pozbawiony pomocy. Są istoty i siły, które służą ci z nieustannym oddaniem.

Nie dostrzegasz ich, ale one istnieją i są aktywne. Najważniejszy guru jest wiecznie obecny w twoim sercu i tylko on potrafi cię doprowadzić do Wyzwolenia. Jeżeli mu zaufasz, to guru zewnętrzny nie będzie potrzebny. Jest możliwe, że guru wewnętrzny użyje siły, aby zniszczyć twoją osobę, jeżeli ta jest zbyt mętna i wypaczona. Ale nie musisz się niczego obawiać – uczyni to dla twojego dobra.
Również samo życie może stać się twoim guru, pod warunkiem wszakże, że będziesz mu ufał i z radością przyjmiesz wszystko, co ci przyniesie. Europejczyk, któremu obca jest idea guru, nie musi szukać przewodnika. Zamiast tego może zająć się zgłębianiem siebie. Powinien odkryć, że od A do Z jest wytworem swoich genów i otoczenia, a jego działaniem kierują tylko pamięć i przyzwyczajenia oraz że nie znając siebie, poświęca czas drugorzędnym sprawom, co staje się źródłem nieustających frustracji.
Powinien odkryć, że rozwiązania swoich problemów nie znajdzie w takim lub innym systemie myśli, ale właśnie w uwolnieniu się od wszystkich myśli i systemów. Dla niego poszukiwanie guru nie jest konieczne; jego droga tkwi w nim i w nim rodzi się jego inspiracja. Tylko mając wyjątkowe szczęście, znajdziesz guru w postaci żyjącego człowieka. Pojawi się, aby cie zabrać do Rzeczywistości, abyś się ujrzał takim, jakim on cię widzi. Będzie wymagał od ciebie, abyś porzucił swój egoizm. Dla człowieka, który nie potrafi współczuć cierpiącym, zadanie to jest niewykonalne. Osobą guru wcale nie musi być ktoś o ugruntowanej pozycji społecznej lub świetlanym charakterze. On wie doskonale, że ani ty, ani on nie jesteście osobami.
Jest tylko jeden sposób na sprawdzenie, czy ten którego spotkałeś, może być twoim guru: jeżeli w jego pobliżu stajesz się bardziej zrównoważony i pojmujesz siebie jaśniej, wyraźniej i głębiej, znaczy to, że znalazłeś właściwego człowieka. Nie musisz się z tym spieszyć, ale gdy już kogoś wybierzesz, zaufaj mu całkowicie. Angażując się tylko połowicznie, ryzykujesz katastrofę. Autentyczny guru nigdy nie zniewoli ucznia. Wprost przeciwnie, będzie wymagał od niego wolności postępowania i myślenia, podczas gdy ten płynie z nurtem życia uważnie i z koncentracją. Większość przypadków uzależnienia się od guru kończy się rozczarowaniem, jeżeli nie tragedią. Ale ktoś rzetelnie szukający prawdy w porę uwolni się od obcej dominacji. Ufaj sercu, że ostrzeże cię, gdyby sprawy zaczęły iść w złym kierunku.

Religia.

Modlitwa zawsze pozytywnie wpłynie na twój los, pod warunkiem, że modlisz się w pełnej wierze i z całkowitym oddaniem. Optymizm i ufność są mocniejsze od przeznaczenia. Ale dla kogoś, kto nie czuje mocnej skłonności do modlitw, odmawianie pacierzy nie ma żadnej wartości. Ktoś taki powinien raczej rozważać hipotezę, że jego prawdziwa istota jest poza czasem i przestrzenią. Cierpienia za dawne grzechy stosują się tylko do tego, co ma nazwę i formę. Zważywszy, że nie jesteś ani ciałem, ani umysłem, cierpieć nie musisz. Witaj radośnie, co los ci przynosi – więcej skromności ci nie potrzeba.
A dostateczną pokutą jest nieuciekanie od trudności i zadań, które znajdujesz na ścieżce swojego życia.
Wymuszona skromność i wymuszona pokuta to formy przemocy. Ich efekt nie będzie pozytywny.
Prawdziwą cnotą człowieka jest jego Wzniosła Natura – to, czym jest naprawdę. Natomiast ta „cnota", którą tradycyjnie uważa się za przeciwieństwo grzechu, jest

tylko posłuszeństwem wyrosłym na podłożu strachu. Jedynym możliwym grzechem jest uważanie siebie za osobę, za coś ograniczonego i relatywnego. Najwyższa Świadomość nie jest ani dobra, ani zła. Przejmując się grzechami i cnotami, nigdy nie zaznasz spokoju. Bóg, który wyrósł na fundamencie lęków i pragnień, któremu kształt nadały wyobraźnia i nadzieja, to nie jest ta Siła, która stanowi Serce i Duch Stworzenia. Każdy człowiek stwarza sobie swój własny świat bolesnych przeciwieństw, który nie jest ani trwały, ani nie ma ciągłości.
Bóg tym światem nie rządzi i nie jest zań odpowiedzialny. Twój świat jest snem, który musi się skończyć.
Aby się zeń obudzić, wystarczy odkryć swoje prawdziwe „ja". Nie poznawszy siebie, nie będziesz miał pojęcia, kim jest Bóg. A jeżeli wierzysz w Boga, to musisz przyjąć wszystkie konsekwencje tej wiary: musisz z wdzięcznością przyjmować wszystko, co pojawi się na twojej drodze, i kochać każdą istotę. To też jest droga do Wyzwolenia. Religia to próba wytłumaczenia niewytłumaczalnego, to niekompletny szkic więzienia, w którym przebywasz. Wybierz religię, która do ciebie przemawia, potem badaj ją poważnie i rzetelnie. Ważniejszy od religii jest sposób, w jaki ją będziesz weryfikował. Religia może mieć wartość jako punkt wyjścia. Twoje oddanie się ideom doskonałości i wolności wskaże ci dalszą drogę, Aż w końcu doprowadzi cię do porzucenia wszystkich religii, aby żyć mądrze, inteligentnie im w miłości.

Szczęście.

W zwykłym tych słów znaczeniu „szczęście" i „nieszczęście" są rozumiane jako swe przeciwieństwa.
Ale istnieje także szczęście absolutne, bezprzyczynowe i niezniszczalne, które żyje w głębi niedostępnej dla umysłu. Myśli i uczucia, zniewolone przez tyrana czasu, nigdy doń nie dotrą. Nie wiedząc, czym jesteś, sądzisz, że twoje szczęście zależy od ludzi i rzeczy. Mędrzec zdaje sobie sprawę, że do szczęścia potrzeba mu tylko znać siebie. Uważając, że twoje szczęście zależy od świata ludzi i rzeczy, popadasz w poważne tarapaty. Szukając szczęścia poza sobą, jedynie wiążesz się i uzależniasz. Pogoń za szczęściem zawsze będzie dla ciebie źródłem bólu i cierpienia. Szczęście, które możesz sobie wyobrazić, polega co najwyżej na używaniu przyjemności ciała lub umysłu. A w tych niechybnie zawiera się pewien element cierpienia i nie stanowią one prawdziwego, absolutnego szczęścia.
Szczęścia nie znajdziesz, poświęcając uwagę różnym rzeczom zamiast sobie. Nie zajmuj się tym, czego doświadczasz a raczej skieruj swoją uwagę na tego, kto doświadcza. Staraj się stale przebywać na tym poziomie, na którym jedyną trwałą i niezmienną rzeczywistość stanowi fakt twojego istnienia.
Wtedy stosunkowo szybko odkryjesz, że niepodważalne szczęście jest zasadniczym składnikiem twojego istotnego „ja".
Teraz nie odczuwasz radości z poczucia własnego istnienia, bo zaśmiecasz je mnóstwem obcych dodatków. Zamiast szukać przyjemności, dociekaj, dlaczego nie jesteś szczęśliwy. Pęd do szczęścia jest naturalny, ale ludzie, którzy za cel swojego życia obierają własne szczęście, zawsze chybiają.
Będąc egoistą, możesz czasami, na krótkie okresy, czuć się szczęśliwy. Lecz szczęście, którego nie możesz dzielić z innymi, jest udawanym szczęściem. Będzie kruche. Będzie tylko przerwą w paśmie cierpień. Rozważania o szczęściu interesują tylko nieszczęśliwych. Prawdziwe szczęście nie jest świadome własnego istnienia.

Wyraża się raczej zaprzeczeniami, takimi jak: „Nic mi nie dolega” lub „Nic mnie nie martwi”. Celem medytacji jest dojście do stanu, w którym te słowa wyrażają stale obecne doświadczenie pustki i czynności umysłu, niezaprzątniętego planami czy wspomnieniami.

Śmierć.

To, czym jesteś w głębi swojej istoty, nie podlega ograniczeniom życia i śmierci. Twoje ciało jest krótkotrwałe, ale nie ty. Twoje istnienie nie zawiera się w przemijającej osobie ani w indywidualności, przechodzącej przez fazy śmierci i rodzenia się. Ty jesteś tym, co zostaje po uznaniu utożsamiania się z czymkolwiek za fikcję. To, co w tobie żyje naprawdę, umrzeć nie może; umiera tylko to, co żyło pozornie.
Twój stan po śmierci ciała będzie tym samym, jakim był przed narodzeniem. Jeżeli porzucisz złudzenie, że jesteś ciałem i umysłem, śmierć straci swój odstraszający charakter. Stanie się częścią twojego bytu.
Urodzić się i umrzeć to sprawy naturalne. Natomiast strach przed śmiercią nie jest naturalny.
Ciało będzie żyło tak długo, jak będzie potrzebne, i wcale nie jest ważne, aby żyło długo.
Tracąc ciało, stracisz tylko pewne środki przekazu. Mając pewność, że śmierć dotyczy tylko ciała, pożegnasz się z nim jak ze znoszonym ubraniem. Osoba zniknie, ale pozostanie świadomość odrębnego istnienia. Pamięć niespełnionych pożądań stworzy wiązkę energii, która przybierze postać nowego ciała.
Po wyczerpaniu energii to ciało umrze, a niespełnione pożądania dostarczą energii dla następnego ciała.
Śmierć ciała nie niszczy złudzeń. Możesz umrzeć sto razy, a twój sen będzie trwał nadal – hałas umysłu nie ustanie. Ale możesz też, nie naruszywszy ciała, być świadkiem śmierci umysłu. Gdy ginie umysł, rodzi się mądrość. Jednak będąc wyzwolonym, wcale nie musisz być istotą żyjącą; znacznie wspanialsze jest przebywanie w stanie czystej świadomości, niezależnej od czasu i przestrzeni.
Samobójstwo nie jest złe, jeżeli rozwiązuje jakiś problem. Lecz jeżeli umrzesz w ignorancji i bez miłości, żadnego problemu nie rozwiążesz. Kto głupim umiera, głupim się ponownie urodzi. Samobójstwo może być czasami uzasadnione jako protest przeciwko otępiającym męczarniom i cierpieniom bez wyjścia, ale najlepiej jest przetrwać do naturalnego końca.

Świat.

Świat to nieopisywalna eksplozja istnienia, które wybucha z niczego i w nicość uchodzi. Jest jedynie widowiskiem, pełnym blichtru, ale pustym. Jawi ci się tylko wtedy, gdy chcesz go widzieć i brać w nim udział. Rozpływa się jak mgła, gdy przestajesz o nim myśleć. Rzeczywisty jest tylko ten, kto nań patrzy.
Ty do świata nie należysz. Ujrzyj go jako krótkotrwałe i przypadkowe zjawisko w umyśle, jako błyszcząca kroplę w bezmiarze świadomości.
Jedynie z punktu widzenia ciała świat jest pełen bólu i cierpienia. Ale ty jesteś bezgraniczną nieskończoną świadomością, a nie ciałem. Gdy będziesz wiedział, czym

jesteś naprawdę, świat utraci swą władzę nad tobą i twoje życie stanie się rajem. Chmurą osobistych lęków i pożądań oddzieliłeś się od doskonałej i tchnącej miłością Rzeczywistości wspólnych doznań. Twój świat to zespół wyobrażeń, które sam sobie stworzyłeś. Jest konstrukcją, której spoiwem są pamięć i wyobraźnia. Pojawia się tylko tobie.
Jesteś w nim samotny, opanowany przez marzenie senne, które nazywasz życiem. Cała twoja działalność jest oparta na wyobrażeniach, które pozorują fakty. Nie pozwól, aby wyobraźnia dalej tobą kierowała. Nie żyjesz w świecie materii i rzeczy. Twój świat składa się z myśli i uczuć, chęci i niechęci, ze skal wartości i motywacji – innymi słowy, jest to świat psychiki. Sprawia on, że zapominasz, czym jesteś naprawdę, a to prowadzi do wielu nieszczęść. Światem zajmować się nie warto, on nie ma przyczyny ani głębi. Służy tylko do tego, abyś zbadał go szczegółowo, krytycznie i doszedłszy do wniosku, że nie ma w nim nic twojego, porzucił go. W tym tkwi cała jego wartość. Udając się tam, gdzie świat nie sięga, poznasz Rzeczywistość i swoją prawdziwą istotę. Świat jest pełen przeciwieństw. Pokój i doskonałość pojawiają się tylko miejscami i na krótko, aby potem wrócić do swojego źródła. Dopóki będziesz zakładał, że tylko świat na zewnątrz ciebie jest rzeczywisty, dopóty będziesz jego niewolnikiem. Zamiast być dla ciebie więzieniem, świat powinien być jak dom, w którym możesz przebywać i który możesz opuszczać do woli.

Twój sen.

Twój świat jest zbudowany na pamięci dostrzeżeń i wrażeń. Czegokolwiek twoja pamięć nie kojarzy z czymś już ci uprzednio znanym, tego nie dostrzegasz. Ten świat ci się tylko śni. Jedynie poczucie twojego własnego istnienia zawiera ślad Rzeczywistości. Uważając się za osobę, śpisz. W tym śnie możesz odczuwać ból i cierpienie, ale nikt o tym nie będzie wiedział ani nie będzie mógł ci pomóc. Będziesz kochał wybiórczo – jednych tak, a innych nie. Gdy nastąpi przebudzenie, twoja miłość obejmie wszystko i wszystkich. Wejdziesz w stan, którego żadna myśl ani żadne uczucie nie będą mogły zakłócić.
Ujrzyj sprzeczności oraz smutek swojego obecnego losu i uznaj konieczność obudzenia się.
Swojego snu wcale nie musisz doprowadzać do jakiegoś określonego celu ani czynić go pięknym, szlachetnym lub szczęśliwym. Po prostu poddaj swój świat gruntownemu zbadaniu, zwątp w jego realność, uznaj go za marzenie senne i zostaw w spokoju.

Umysł.

Umysł to rodzaj bardzo delikatnej energii. Gdy materia zorganizuje się w bardziej złożony organizm, umysł powstaje spontanicznie. Umysł tworzy myśli i emocje, które przestrzegają własnych, a nie twoich praw.
Nie jest tobą, a tylko ci się przydarza. Jeżeli ujrzysz go jako coś obcego, rzutowanego z zewnątrz na twoje życie, odkryjesz, że tobą nie włada. Wtedy nic nie będzie w stanie zakłócić twojego spokoju.
Tylko umysł jest w stanie badać umysł; takie działanie jest w pełni zasadne i stanowi przygotowanie do odkrycia regionów poza umysłem. Umysł tworzy nazwy, rozdziela i

klasyfikuje. Są to jednak tylko opisy snu. Wychodzą od idei, aby dojść do tych samych idei, przebranych w inne szaty. Umysł stale próbuje wcisnąć Rzeczywistość w ciasne ramy definicji i poprawnych sformułowań. Nieustannie atakuje ją arsenałem złudnych pojęć. Jeżeli ktoś ma napad malarii, będzie się ustawicznie trząsł. Podobnie umysł pełen lęków i pożądań stale będzie niespokojny. Myślenie i rozumowanie to nie jest naturalny stan człowieka. Naturalny stan nie może powodować cierpienia czy bólu. Ustawiczna aktywność degeneruje umysł. Niczego w umyśle nie musisz zmieniać; raczej obserwuj z dystansem swoje uczucia i myśli i nie pozwól im, aby tobą władały. Cicha koncentracja usunie niepokój umysłu i pozwoli mu wypocząć. Spowoduje to w nim głębokie zmiany, sięgające samego rdzenia. Właściwym zadaniem umysłu jest identyfikacja złudzeń. Ma on obowiązek badania przyzwyczajeń oraz schematów myślenia i odkrywania ich niedoskonałości. Co zbudował powinien zburzyć. Tylko myśli są w stanie spętać cię w myśleniu. Niekończące się rozważania na temat umysłu są jego wytworem; chce w ten sposób chronić swoje panowanie. Nie poświęcaj mu uwagi, nie daj się oszukiwać – rygorystyczne przestrzeganie takiego postanowienia przeniesie cię poza zasięg myśli i uczuć.
Tam znajdziesz siebie jako Byt, Świadomość i Szczęście, jako ekstazę wolności.

Wiara i zaufanie.

Jeżeli jesteś w stanie słuchać i ufać, szybko znajdziesz swojego nauczyciela. Zaufaj, że jesteś Absolutną i Niepojętą Rzeczywistością, która przewyższa wszystko co się da doznać, i wszystko, co potrafi doznawać. Twoje wątpliwości znikną, gdy w rezultacie odkryjesz szczęście i miłość, które nie będą zależały od niczego na zewnątrz ciebie. Aby postawić pierwszy krok, musisz mieć choć odrobinę zaufania.
Bez tego nie wprowadzisz żadnych zmian do swojego życia. Aby nauczyć się ufać, zacznij prowadzić życie uporządkowane i pozytywne; swoje dotychczasowe stany bierności, przeplatane gorączkową aktywnością zastąp spokojną koncentracją. Zaufanie to gotowość, aby próbować. Wiara przejawiająca się w czynach jest jedną z najprostszych dróg do Wyzwolenia. Staraj się nie pomijać żadnej sposobności, aby być sobą – bądź odważny, mów, bądź aktywny. Żyj tak jakbyś był wyłącznie świadomością, niczym niezakłóconą, bez ciała i bez umysłu, poza „gdzie", i „kiedy" i „jak". Pozwól, aby wewnętrzne rządziło zewnętrznym, aby zaufanie kierowało twoim życiem. Zaufanie do nauczyciela to nie jest zaufanie do jego osoby, ale do tego, czego on uczy. Strzeż się tych, którzy ofiarują ci pośrednictwo między tobą a twoją prawdziwą istotą. Prawdziwy guru będzie ci stale przypominał, że niczego nie potrzebujesz, nawet jego pomocy. Natomiast taki guru, który sam siebie powołuje na to stanowisko, jest bardziej zajęty sobą aniżeli swoimi uczniami.

Wiedza.

Prawa, które rządzą światem zdarzeń, są dla nas niewyobrażalne i niepoznawalne. Chaos istnieje tylko w umyśle człowieka, bo ten dostrzega tylko fragmenty Rzeczywistości. Wobec tego nie próbuj czegokolwiek zrozumieć; wystarczy, abyś nie rozumiał niczego źle. Uznaj, że nic nie wiesz i nic nie rozumiesz – to będzie dobry początek. Ponadto nie stawiaj pytań, dopóki nie będziesz miał dość odwagi, aby

wcielić w życie to, co możesz otrzymać w odpowiedzi. Idee splatają się, uzależniają się jedne od drugich, ale wszystkie razem nie mają żadnej substancji i są wyłącznie tworami umysłu. Słowa rodzą słowa, a Rzeczywistość milczy. Jedyny pożytek ze słów to nawiązywanie kontaktów między ludźmi.
Do rzeczywistości nie dojdziesz drogą konstrukcji intelektualnych, namacalnych celów lub aktów wiary.
Żadna uczelnia nie nauczy cię takiego sposobu życia, abyś w chwili śmierci mógł rzec, że żyłeś dobrze i niczego nie chciałbyś poprawić. Bycie naprawdę sobą nie ma nic wspólnego z jakąkolwiek wiedzą lub motywacją; nie potrzeba do tego żadnych schematów myślowych. Gdy zgoda zapanuje między wszystkimi aspektami twojego bytu, wiedza o rzeczach pojawi się sama – w każdej chwili będziesz wiedział, jak postępować bezbłędnie i bez egoizmu.

Wolność.

Odkrywszy, czym jesteś naprawdę, przekonasz się, że jesteś kompletny i świat nie ma ci nic do ofiarowania. Być wolnym w świecie znaczy być wolnym od świata. Dopóki to się nie stanie, twoja przeszłość będzie decydowała o twojej przyszłości, będziesz uwięziony między tym, co się stało, a tym, co się stać musi. Tylko od tego możesz się uwolnić, co uznasz za bezwartościowe. Wolności nigdy nie znajdziesz, będąc pasywnym. Na spokój wewnętrzny trzeba zapracować. Jeżeli będziesz stale przypominał sobie o swoim istnieniu, o tym, że „jesteś", to w pewnej chwili umysł się wycofa i ujrzysz siebie całkowicie niezależnym od wszystkiego. Wtedy znikną pragnienia, a wraz z nimi więzy i zależności.
Życie pełne przymusu i wyrzeczeń nie rozwija duchowo. Pożądania powinny mieć swobodę ujawniania się, a myśli i uczucia nie powinny być napięte. Wolność jest wynikiem zrozumienia, a nie postanowień.
Do zrozumienia dojdziesz przez medytację – pielęgnując koncentrację i uwagę.
Aby stać się wolny, musisz najpierw pogodzić się ze swoim losem, jakikolwiek on jest.
Musisz przestać wyobrażać sobie, że potrafisz wpływać na bieg wydarzeń. Przyjrzyj się uważnie swoim problemom, a potem zostaw je w spokoju. W czasie i przestrzeni żadnego problemu nie rozwiążesz idealnie, ale zawsze możesz znaleźć taki poziom, na którym problem straci swoje znaczenie.

Wyzwolenie.

Twoje Wyzwolenie jest nieuniknione. Pojawi się nagle i bez przyczyny. Strumień życia będzie cię niósł w tym kierunku, a twoim jedynym zadaniem jest rozpoznanie przeszkód stawianych przez szaleńczy umysł.
Masz taki wybór: możesz bez końca łaknąć, poszukiwać, wiązać się z mnóstwem spraw i żyć w smutku nieodżałowanych strat albo możesz całym sercem poświęcić się odkryciu doskonałości, do której nic nie można dodać i od której niczego nie da się odjąć. Wtedy odejdą wszystkie twoje pragnienia i lęki – nie dlatego, że się ich wyrzekniesz, ale dlatego, że stracą jakiekolwiek uzasadnienie.
Wyzwolenie nie daje korzyści osobistych, a w życiu codziennym może nawet powodować pewne niewygody; człowiek wyzwolony, niedostępny lękom i chciwości,

będzie się mniej chronił przed stratami.
Ale porzucając mniejsze, otrzyma w darze coś większego. Nie można dowieść, że Wyzwolenie nie jest złudzeniem. Aby mieć taki dowód, musiałbyś mieć najpierw opis Wyzwolenia, a potem kryterium poprawności wymaganego dowodu. Skąd wziąłbyś dowód poprawności tego kryterium?
Dla umysłu Wyzwolenie oznacza wysadzenie się w powietrze. Dobrze jest go do tego przygotować.
W tym celu obserwuj z dystansu, jak działa twój umysł, a potem postrzegaj siebie jako światło, które umożliwia tę obserwację. Niedoskonałość jest łatwo zidentyfikować, ale Wyzwolenia rozpoznać nie można – to, czym jesteś naprawdę, nie jest poznawalne. Wyzwolenie jest przeznaczeniem i ostatecznym celem każdego człowieka. Ta wieść jest bardzo ważna – zawiera obietnicę. Gdy ktoś raz usłyszy, że Stan Najwyższy jest osiągalny, nigdy tego nie zapomni.

Życie.

Zanim się urodziłeś, postanowiłeś żyć według pewnego schematu, który sobie zaprojektowałeś. To, czego wtedy pragnąłeś, nadało zasadniczy kształt twojemu życiu. Twoje uczynki w poprzednich wcieleniach stworzyły okoliczności, w których teraz wypada ci żyć, ale twoja obecna postawa zależy tylko od ciebie.
Ostatecznie, tylko ty nadajesz kształt swojemu charakterowi, a on nadaje kształt twojemu życiu.
Życie żywi się życiem. Już przez sam fakt urodzenia się sprawiłeś swojej matce mnóstwo bólu i kłopotów. Jednak istota okrucieństwa nie tkwi w fakcie, lecz w motywacji. Zabijanie szkodzi zabijającemu, a nie zabitemu. Jeśli myślisz, że jesteś ciałem i umysłem i żyjesz według tego przekonania, jesteś skrajnie okrutny względem swojej prawdziwej istoty. W porównaniu z tym potwornym okrucieństwem bledną wszystkie inne.
Ciało i umysł zostały stworzone, aby wyrażać twoją doskonałość. Przywołaj je do porządku i pozwól im działać jak należy. Twoje otoczenie będzie może chciało narzucić ci swoje normy i swój styl, ale nie musisz się temu poddawać. Świat ma tylko tyle władzy nad tobą, ile mu jej udzielisz. Nie zajmuj się mentalnością innych ludzi, patrz głębiej. Żyj porządnie, ale nie stawiaj sobie porządnego życia za cel: niech będzie ono dla ciebie tylko odskocznią ku Wielkiej Przygodzie. Rób to, do czego masz skłonności – tyranizując się, staniesz się twardy i bezwzględny. Pozwalaj, żeby stało się to, co chce się stać, ale nie daj się wciągnąć w wir wydarzeń. Próby realizacji twoich wspaniałych marzeń doprowadzą cię tylko do problemów. Najpierw przyjmij to, co ci życie ofiaruje, traktuj wszystko, co do ciebie przychodzi jako dar od Najwyższego, starając się z tego daru zrobić właściwy użytek. Bądź dobry dla tych, którzy ciebie potrzebują, i nie krzywdź żadnej żywej istoty. Do znalezienia prawdy potrzebny jest spokój, uregulowane życie i nieograniczone oddanie. Dokładnie i dogłębnie zbadawszy wszystko, co wiesz, dojdziesz do momentu, w którym nastąpi wybuch w twojej świadomości. Rozniesie on w pył wszystko, co stare, i wtedy dopiero zaczniesz żyć naprawdę.